కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

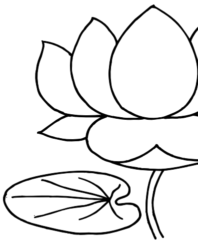
32 క్షురికోపనిషత్

(క్షురిక = కత్తి)

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ కైవల్యనాడిక అంతస్థ పరాభూమి నివాసినమ్
క్షురికోపనిషత్ యోగ భాసురం రామమ్ ఆశ్రయే॥



కైవల్యనాడీ అంతర్గతుడు, పరాస్థానము నివాసముగా కలవాడు, క్షురికోపనిషత్ ప్రవచిత యోగమును హృదయము నందు ప్రకాశింపజేయువాడు / ప్రకాశమానుడు అగు శ్రీరామచంద్రమూర్తిని ఎల్లప్పుడు ఆశ్రయించుచున్నాము.

ఓం

1. క్షురికాం సం ప్రవక్ష్యామి
ధారణాం యోగ సిద్ధయే
యాం ప్రాప్య న పునర్జన్మ
యోగయుక్తస్య జాయతే॥

'ఓం'కార స్వరూప పరబ్రహ్మమును స్మరిస్తున్నాము.

ఏ యోగము యొక్కధారణ వలన యోగసిద్ధిని పొందిన తరువాత, అట్టి సిద్ధియొక్క ప్రాప్తిచే ఆ యోగయుక్తునికి పునః జన్మ ఉండదో, అట్టి 'క్షురికయోగ ధారణ' గురించి ఇప్పుడు మనము వివరించి చెప్పుకొను చున్నాము. (క్షురిక = కత్తి /చురకత్తి /మంగలి కత్తి)

---

2. వేద తత్త్వార్థ విహితం
యథోక్తం హి, స్వయంభువా।
నిశ్శబ్దం దేశమ్ ఆస్థాయ,
తత్ర 'ఆసనం' అవస్థితః॥

మొట్టమొదట వేదతత్త్వార్థమునకు సానుకూలము, విహితమగు ఈ యోగము (పరమేశ్వరునిచే) స్వయంభువు అగు బ్రహ్మదేవులవారికి ఉపదేశించబడింది.

పరమేశ్వరుడు: ఓ స్వయంభువా! బ్రహ్మదేవా! యోగాభ్యాసి మొట్టమొదట జనసంచారము లేని నిశ్శబ్దమైన ప్రదేశమును ఎన్నుకొని అవస్థితుడై ఉండాలి. ఆ చోట ఆసీనుడై (ఆసనమును ఆశ్రయించి) యోగాభ్యాసమునకు సంసిద్ధుడు అగునుగాక!

---

3. కూర్మో అంగానీవ సంహృత్య
మనో హృది నిరుధ్య చ,
మాత్రా ద్వాదశ (12) యోగేన
ప్రణవేన శనైః శనైః॥

తాబేలు తన అంగములను సందర్భునులననుసరించి ప్రమాదము శంకించినప్పుడు వెనుకకు తీసుకోవటం, సానుకూలంగా ఉన్నప్పుడు బయటకు విస్తరింపజేసి చక్కగా ఉపయోగించుకోవటం చేస్తూ ఉంటుంది కదా!

అట్లాగే యోగాభ్యాసి '12' మాత్రల కాలము పూరక యోగాభ్యాసమును ప్రారంభించి ప్రణవోపాసన నిర్వర్తించును గాక! ఇంద్రియములను ఏ విషయములలో నియమించాలో ఏ విషయముల నుండి ఉపసంహరించాలో - గ్రహించి వివేచనతో నిర్ణయము చేసుకొని, వాటిని జయించి, తత్త్వజ్ఞాన-అనుభవముల మార్గమునకు ఈ ఇంద్రియములను మరల్చాలి.

---

4. పూరయేత్ సర్వం ఆత్మానగ్ం
సర్వ ద్వారం నిరుధ్య చ
ఉరో ముఖ కటిగ్రీవం
కించిత్ హృదయమ్ ఉన్నతమ్॥

దేహముయొక్క నవ ద్వారములను నిరోధించుచూ, ముఖము-కటి (మొల)- గ్రీవము (మెడ)లను నిలువుగాను, హృదయమును ఉన్నతము (ఎత్తు)గాను ధారణ చేస్తూ పూరక - కుంభకములను (గాలి నింపటం ధారణ చేయటం) నిర్వర్తించాలి.

5.	ప్రాణాం తు సంధారయే తస్మిన్ నాస - అభ్యంతర చారిణః భూత్వా తత్ర ఆయత ప్రాణః శనైః ఉచ్ఛ్వాసమ్ ఉచ్ఛ్వసేత్॥	నాసిక (ముక్కు)లో స్వతంత్రంగా సంచారములు చేస్తున్న వాయువును (1) (ఇడనాడిలో) పూరించటము, (2) నవద్వారములను మూసి ఉంచి శిరస్సునందు, ముఖమునందు ధారణ చేస్తూ కుంభకము, (3) (పింగళనాడి ద్వారా) రేచకము (గాలిని వదలటము) అను ప్రాణాయామా భ్యాసమును నిర్వర్తించాలి. నెమ్మదిగా ఉచ్ఛ్వాసమును తన ఆధీనములో కలిగి ఉంటూ ఉచ్ఛ్వసించాలి. నెమ్మదిగా గాలిని పీల్చి (కుంభక - రేచకములు) అభ్యసించాలి.
6.	స్థిరమ్ ఆత్మ దృఢం కృత్వా అంగుష్ఠేన సమాహితః ద్వే గుల్ఫేతు ప్రకుర్వీత జంఘేచైవ త్రయః త్రయః॥	యోగి స్థిరమైన (తన శరీరము స్థిరముగా ధారణ చేయుటకు తనకు సానుకూలమైన) ఆసనమును ధరించాలి. (1) కుడి బొటనవ్రేలుతో కుడి నాసికా రంధ్రమును మూసి, వాయువును లోనికి ఎడమ నాసికారంధ్రము ద్వారా ఇడనాడిలో పూరకము చేసి, (2) కుడి అనామిక - కనిష్ఠికలతో (ఉంగరపు వ్రేలు, చిటికిన వ్రేలులతో) ఎడమ నాసికా రంధ్రమును మూసి వుంచి (48 మాత్రల కాలము - చిటికెల కాలము) కుంభకము చేసి, (3) అటు తరువాత (24 మాత్రలకాలము) వాయువును కుడిముక్కు రంధ్రము ద్వారా వదలాలి. ఆతరువాత పింగళానాడితో ప్రాణాయామము ఈ విధంగా గుల్ఫమునందు (చీల మండలమునందు), జంఘము (కాలిపిక్క) యందు మూడు మూడుసార్లు వాయువును నిలిపి ఆత్మయొక్క ధ్యాసతో ప్రాణయామం చేయాలి.
7.	ద్వే జానునీ తథా ఊరూ, ద్వేగుదే, శిశ్నే త్రయః త్రయః పాయోః ఆయతనం తత్ర నాభిదేశే సమాశ్రయేత్॥	ఇకపుడు దృష్టి - మనస్సు - ప్రాణములతో రెండు మోకాళ్ళ స్థానములో ధ్యాసను నిలుపుతూ 3 - 3 సార్లు ద్వయీ ప్రాణాయామము చేయాలి. అటు తరువాత <u>గుదస్థానము</u> (పాయువు మలవిసర్జనా ప్రదేశము) నందు, <u>శిశ్నము</u> (మగ గురి) ప్రదేశమునందు వాయువును నింపుతూ ధ్యాసను ఉంచి 3 - 3 సార్లు ఇడా-పింగళా ప్రాణాయామము చేయాలి. అటుపై **పాయువు చుట్టూ** దృష్టి - మనస్సు - ప్రాణముల ఉపకరణము (మరియు) ధ్యాసలతో చుట్టి వచ్చి, ఆ **మూడిటితోను** నాభి ప్రదేశమును సమాశ్రయించి ప్రాణాయామ ప్రక్రియతో వాయు కుంభకమును (మణిపూరకస్థానమగు) నాభివద్ద నిర్వర్తించాలి,
8.	తత్ర నాడీ సుషుమ్నా తు నాడీభిః దశభిః వృతా, తత్ర రక్తా చ పీతా చ కృష్ణా తామ్రా విలోహితా॥	ఈ (మణిపూరక చక్రస్థానమగు) నాడీ ప్రదేశములో సుషుమ్న అనే బ్రహ్మనాడి. ఇది (నాడీకందము నుండి) శిరస్సుకు ఉపరితల ప్రదేశము వరకు విస్తరించి ఉండటం చేత **'బ్రహ్మనాడి'** అని పిలుస్తారు. ఇంకా దశ (10) ముఖ్యనాడులు ఇక్కడ ప్రారంభమగుచూ ఉన్నాయి. ఈ ప్రదేశమే నాడీకందము (కందగడ్డవలె ముద్ద). ఈ నాడీ కందము నుండి అనేక సూక్ష్మనాడులు, ఉపనాడులు బయల్వెడలుచున్నాయి. అవన్నీ రక్త (ఎరుపు) వర్ణంగాను, పీత (పసుపు వర్ణము)గాను, కృష్ణ (నలుపు)గాను, తామ్ర (రాగి) వర్ణముగాను, విలోహితం (నీలం) గాను మెరయుచున్నాయి,
9.	అతి సూక్ష్మా చ తన్వీ చ శుక్లాం నాడీం సమాశ్రయేత్ తత్ర సంచారయేత్ ప్రాణాన్ ఊర్ణ నాభీవ తంతునా॥	అట్టి నాడీ ప్రదేశములో అత్యంత సూక్ష్మము, సన్నము అగు **'శుక్లనాడి** (సుషుమ్న నాడి, బ్రహ్మనాడి) అనబడు ఇడ - పింగళ నాడుల మధ్యగల **సూర్యప్రకాశ సమన్వితమగు నాడిని** సమాశ్రయించాలి. సాలెపురుగు తనచుట్టూ దారములను చుట్టుకొని ఉండు రీతిగా, ఈ సుషుమ్నను **ప్రాణశక్తి ఆశ్రయించి ఉన్నది. మనస్సు, ప్రాణము, దృష్టులు కలుపుకొని ఆశ్రయించి ఉండు కుంభక ప్రాణాయామమును ధ్యానమార్గంగా అభ్యసించాలి.**

10. తతో రక్తోత్పలా భాసగ్ం
హృదయ ఆయతనం మహత్
దహరం పుండరీకం తత్
వేద అంతేషు (వేదాంతేషు) నిగద్యతే॥

ఇప్పుడిక అనాహత ప్రదేశ నాడీకందము నుండి ప్రాణోపాసన ద్వారా మనో ప్రాణదృష్టులను
- ఎఱ్ఱటి కలువ పూవు వలే భాసిస్తున్నది
- అన్ని నాడుల కంటే మహత్తరమైనది
- అగు అనాహత స్థానములో గల **హృదయములో ప్రకాశింపజేయాలి.** (మణిపూరక ఆకాశమునుండి అనాహత స్థానము).

దహరాకాశము (హృదయాకాశము), పుండరీక (తెల్ల తామర ఆకాశము గలది) అగు అనాహత (హృదయ) స్థానములో ప్రాణాయామమును అభ్యసిస్తూ ప్రాణ - మనో దృష్టులతో క్రమంగా హృదయ స్థానమును దాటి విశుద్ధ చక్ర స్థానము (కంఠ స్థానము)ను చేర్చాలి.

---

11. తత్ భిత్వా కంఠం ఆయాతి,
తాం నాడీం పూరయేత్ ఇతి।
మనసస్తు పరం గుహ్యగ్ం
సుతీక్ష్ణం బుద్ధి నిర్మలమ్।

ఆ విధంగా హృదయాకాశమును కూడా ఛేదించి, ఇక ఇప్పుడు, (అనాహత చక్రమును అధిగమించి) మనో - ప్రాణ - దృష్టులను (ప్రాణాయామము - సహజకుంభకముల అభ్యాసముచే) విశుద్ధ చక్రస్థానమగు కంఠ ప్రదేశమునకు జేర్చి, అక్కడ ప్రాణాయామము అభ్యసించాలి. అక్కడి నాడులను ప్రాణశక్తితో పూరించాలి. నిర్మలమైన మనస్సు, సుతీక్ష్ణమైన బుద్ధి, పవిత్రమైన దృష్టులతో 'విశుద్ధము' నుండి బ్రహ్మరంధ్రము, (మరియు) సహస్రారముల వరకు ధ్యాసను నిండుగా నింపి ఉంచాలి.

---

12. పాదస్య ఉపరి యత్ మర్మ -
తత్ 'రూపం నామ' చింతయేత్।
మనో ధారేణ తీక్ష్ణేన
యోగమ్ ఆశ్రిత్య నిత్యశః॥

సుతీక్ష్ణమైన మనో - బుద్ధి - చిత్తముల యోగ (సంయోగ - వియోగాతీత ప్రశాంత స్థితి) ధారణమును అనునిత్యముగా ఆశ్రయిస్తూ ఉండాలి. 4 పాదముల ఆవల రూపం (తురీయాతీతము) ధారణ చేయాలి. బ్రహ్మ రంధ్రము నుండి కాలి బొటన వ్రేలు వరకు (From Head to Toe) పరమాత్మను (Eg. An actor remembering - what he is originally - while playing a particular role) (అనగా)-తన యొక్క సర్వ సహజీవులయొక్క **'కేవలతత్'** రూపమును అనుక్షణికంగా, సర్వకాల, సర్వావస్థలయందు **చింతన చేయాలి.**
బుద్ధి - మనస్సులను నియమిస్తూ జ్ఞప్తితో కూడిన మననమును నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి.

---

13. 'ఇంద్ర వజ్రమ్' ఇతి ప్రోక్తం
మర్మ జంఘానుకృంతనమ్,
తత్ ధ్యాన బలయోగేన
ధారణాభిః నికృన్తయేత్॥

ఈ మనం చెప్పుకున్న (1) ప్రాణాయామ (2) వివిధ స్థానయోగ (3) తత్ రూప నామ చింతన - అనేక అన్యభావనలకు సంబంధించిన మర్మావయవములను (Secreat Bolckades of illusionary ignorences) - తెగనరకుచున్నది. కాబట్టి **'ఇంద్ర వజ్రమ్ - ఇంద్రుని వజ్రాయుధము'** అని వర్ణించబడుచున్నది. అట్టి యోగముచే స్వస్వరూప భిన్నమై ప్రాప్తిస్తున్న దృశ్య రూప భ్రమాత్మక ధారణలు (అల్పదృష్టులన్నీ) ఖండించబడుచున్నాయి.

---

14. ఊర్వోః మధ్యేతు సంస్థాప్య
మర్మ ప్రాణ విమోచనమ్
చతుః అభ్యస్య యోగేన
ఛిందేత్ అనభిశంకితః॥

అటువంటి కేవలీ ఆత్మ యోగ సిద్ధి లభించటానికై **ఆయా అడ్డంకులను యుద్ధవీరునివలే ఎదుర్కొని జయించాలి.**
అందుకు ఒక యోగోపాయము. ఊరువుల (తొడల) మధ్యగా ప్రాణశక్తిని (కుంభక ప్రాణాయామము - సహజ కుంభకముల ద్వారా) సంస్థాపించి, తత్ భావనచే మర్మ ప్రాణములకు (దృశ్య విషయత్వములవైపు ప్రయాణించు ఇష్టములను) సమనస్క ప్రాణయోగముచే విమోచనము (Relief) కలిగించాలి. రోజుకు 4 సార్లు (ఉదయం, మధ్యాహ్నం, సాయంకాలం, రాత్రి) అభ్యసించటం చేత (యోగధారణచే) సర్వ శంకలు ఛిద్రమౌతాయి.

15. తతః కంఠాంతరే యోగీ
సమూహేత్ నాడి సంచయమ్,
ఏకోత్తరం నాడిశతం (101)
తాసాం మధ్యే పరాః స్మృతా (పరాస్థితా)॥

విశుద్ధ చక్రస్థానములో (కంఠ ప్రదేశములో) యోగాభ్యాసము చేయుచున్నపుడు '101' నాడుల సమూహములు దేహములోని వివిధ ప్రదేశముల వైపుగా అమరిక కలిగినవై అనుభూతమౌతాయి. ఆ 101 నాడులలో **ఊర్ధ్వముగా బ్రహ్మరంధ్రము వైపుగా** నియమితమైన ఒకే ఒక్క నాడి - **సుషుమ్ననాడి, 'పరానాడి'** అని అంటారు. ఇది అన్నిటికంటే శ్రేష్ఠమైన నాడి. ఇది యోగి తనయొక్క మనో బుద్ధి దృష్టులను ముఖ్యముగా నిలుపవలసియున్న నాడి.

---

16. సుషుమ్నా తు పరే లీనా
విరజా బ్రహ్మ రూపిణీ।
ఇడా తిష్ఠతి వామేన (ఎడమ)
పింగళా దక్షిణేన తు (కుడి)॥

ఈ సుషుమ్న సహస్రారములోగల **పరాశక్తిదేవి**తో లీనము పొందినది కాబట్టి **'విరజ'** (దోష రహిత నిర్మలనాడి), **'బ్రహ్మరూపిణి'** అయి ఉన్నది. (నాడీకందము నుండి కంఠస్థానము వరకు) ఎడమవైపు ఇడ నాడి, కుడివైపు పింగళ నాడి ఏర్పడినవై, (అక్కడి నుండి ఆజ్ఞాచక్ర స్థానము వరకు విస్తరించి) - ప్రసరణము, ప్రభావము కలిగియున్నాయి.

---

17. తయోః మధ్యే పరం స్థానగ్ం
యస్తంవేద (యః తమ్ వేద), స వేదవిత్।
ద్వా సప్తతి సహస్రాణి (72,000)
ప్రతినాడీషు తై తిలమ్॥
18. ఛిద్యతే ధ్యానయోగేన।
సుషుమ్న ఏకా న ఛిద్యతే।
యోగనిర్మల సారేణ
క్షురేణ అనల వర్చసా॥

అట్టి ఇడ - పింగళ నాడుల మధ్య ఏ **బ్రహ్మనాడి** - కేవల తేజో ప్రజ్ఞా సమన్వితమై ప్రకాశించుచున్నదో **అట్టి సుషుమ్నను ఎరిగినవాడే వేదవేత్త.** తెలుసుకొనవలసినది తెలుసుకొనుచున్నాడు.

దేహంలో '72000' నాడీ-ఉపనాడులు. 100 నాడీ సమూహములు జీవశక్తిని (ప్రాణశక్తిని) దేహమంతా విస్తరింపజేస్తున్నాయి. **'ధ్యానయోగము'** అనే కత్తిచే 100 నాడుల ప్రాణప్రవాహము ప్రాణయోగాభ్యాసిపట్ల నిరోధించబడు చున్నాయి. (వశమై ఉంటున్నాయి).

ఒక్క సుషుమ్ననాడి బ్రహ్మనాడి మాత్రము ఛేదించబడదు. నిరోధింపబడ జాలదు.

యోగాభ్యాసము యొక్క జలముగా అగ్నివలె తేజోమానమగు సుషుమ్న స్వానుభవము కాగలదు. క్షవరపు కత్తివలే అగ్ని తేజస్సుతో కూడిన సుషుమ్నానుభవముచే తదితర నాడులలో ఆ యోగాభ్యాసి ధ్యాస యొక్క ప్రయాణవేగము సన్నగిల్లగలదు.

---

19. ఛిందేత్, నాడీ శతం ధీరః
ప్రభావాత్ ఇహ జన్మని,
జాతీ పుష్ప సమం యోగీ
యదా పశ్యతి తైతిలమ్॥
(తైతిలము = ఒక కరణముగా।
(As a Functional Hand)

ధీరుడైనవాడు 100 నాడుల ప్రాణప్రవాహా వేగమును (ప్రియభావవేగము) ఛిద్రం చేసి సుషుమ్ననాడియందు దృక్ మనో ప్రాణములతో అభ్యాస పూర్వకంగా ప్రకాశించుచున్నాడు. **జాతీపుష్ప - సుగంధముల** అవినాభావము వలే (ఒక్కటే అగు తీరుగా) - బ్రహ్మరంధ్రమును దాటి సహస్రార ప్రవేశి అయి, ఆ యోగి ఆత్మతో ఏకత్వము, అనన్యత్వము సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.

---

20. ఏవం శుభ - అశుభైః భావైః
స నాడీనాం విభావయేత్।
తత్ భావితాః ప్రపద్యంతే
పునర్జన్మ వివర్జితాః।

101 నాడులలో సుషుమ్ననాడి తప్ప, తక్కిన 100 నాడులు శుభ - అశుభ భావములతో కూడిన గమన ఆగమనములు (Goings & Comings) కలిగి ఉంటున్నాయి. పునర్జన్మకు హేతువులు అగుచున్నాయి. 101వ నాడి అగు సుషుమ్నను ఉపాసించుయోగి తక్కిన 100 నాడుల నాడీ ప్రవాహవేగమును జయించి పునర్జన్మ రాహిత్యము పొందుచున్నాడు.

---

21. తపో విజిత చిత్తస్తు
నిశ్శబ్దం దేశమ్ ఆస్థితః,
నిస్సంగః సాంగ యోగజ్ఞో
నిరపేక్షః శనైః శనైః

ప్రాణయోగాభ్యాసి అగు యోగి....,

→ తపస్సుచే చిత్తమును జయించినవాడై.

→ సంగములన్నీ జయించి - నిస్సంగుడై,

→ యోగాంగమును ఎరిగినవాడై.

→ నెమ్మది నెమ్మదిగా అపేక్షలన్నీ దాటిపోయి, జయించి నిరపేక్షుడై, నిశ్శబ్దమగు స్థానమును చేరి ఉంటున్నాడు.

22. పాశాగ్ం ఛిత్వా యథాహగ్ంసో
నిర్విశంకం ఖం ఉత్సతేత్ (ఉత్పతేత్)।
ఛిన్న పాశః తథా జీవః
సంసారం తరతే సదా॥

→ నిర్విషయము, నిష్ప్రపంచము అగు మౌనస్థానమును అంతరంగమున ధరించినవాడై.

→ సర్వ సంసార పాశములను హృదయమునుండి తొలగించుకొన్నవాడై,

→ కట్టు విప్పుకొన్న హంస హాయిగా ఆకాశంలో విహరించునట్లుగా ఆత్మాకాశంలో విహరిస్తూ

సర్వ సంసార బంధములనుండి సదా పాశవిముక్తుడై తరించుచున్నాడు.

---

23. యథా నిర్వాణ కాలేతు
దీపో దగ్ధ్వా లయం వ్రజేత్,
తథా సర్వాణి కర్మాణి
యోగీ దగ్ధ్వా లయం వ్రజేత్॥

ఏవిధంగా అయితే వెలుగుచున్న దీపము నిర్వాణకాలంలో కాలటం అయిపోయి దీపపు వత్తి మొదలైన వాటినన్నిటినీ కాల్చివేసి విశ్వాగ్నిలో ప్రవేశిస్తోందో, అదే విధంగా **యోగాభ్యాసముచే యోగసిద్ధిని పొందిన యోగి సర్వకర్మ వ్యవహారములను దగ్ధము చేసి వేసి, 'అఖండాత్మ'యందు 'లయము' పొంది, తానే విశ్వాత్మకుడుగా అగుచున్నాడు.**

---

24. ప్రాణాయామ సుతీక్ష్ణేన
మాత్రా ధారేణ యోగవిత్,
వైరాగ్య ఉపల ఘృష్టేన
ఛిత్వా తంతూః న బధ్యతే॥

యోగవేత్త సుతీక్ష్ణమైన ప్రాణాయామ అభ్యాసమునకు ఉపక్రమించి, మాత్రల (పూరక 12 మాత్రలు, కుంభక 32 మాత్రలు, రేచక - 24 మాత్రలు) ధారణను అభ్యసించి, 'వైరాగ్యము' అనే పదునైన ఖడ్గమును సంపాదించుకొని సర్వ సంసార తంతువులను త్రెంచి వేయుచున్నాడు. **బంధ విముక్తుడగుచున్నాడు.**

---

25. అమృతత్వం సమాప్నోతి
యదా కామాత్ ప్రముచ్యతే
సర్వ ఈషణా వినిర్ముక్తః
ఛిత్వా తంతుం, న బధ్యతే॥
ఛిత్వా తంతుం న బధ్యత ఇతి॥

<u>ఇతి క్షురికోపనిషత్</u>
<u>ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥</u>

ఎప్పుడైతే యోగి దృశ్యమునకు సంబంధించిన సర్వ కామముల (Desires, wishes and expectations pertaining to material scenario) నుండి ప్రముచ్యుడు (Relieved, left them all aside) అగుచున్నాడో, (ధనేషణ మొదలైన) సర్వ ఈషణములనుండి విముక్తుడౌతాడో.

అప్పుడు అతడు సర్వ సంసార తంతువులను (బంధములను) త్రెంచివేసినవాడై ప్రకాశిస్తున్నాడు.

బంధ రహితుడగుచున్నాడు.

ఆతనిని బంధించగలిగినది ఈ జగత్తులో ఏదీ ఉండజాలదు.

<u>ఇతి క్షురికోపనిషత్</u>
<u>ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥</u>